

# I CONGRESO DE ALIMENTACIÓN, NUTRICIÓN Y DIETÉTICA EL DIETISTA-NUTRICIONISTA: PRO-MOTOR DE SALUD PÚBLICA



ACADEMIA  
ESPAÑOLA DE  
NUTRICIÓN  
Y DIETÉTICA



Colegio Profesional de  
Dietistas-Nutricionistas  
de Aragón



[www.renhyd.org](http://www.renhyd.org)

## RESÚMENES DE PONENCIAS

11 de noviembre de 2017 | MESA REDONDA

Entornos saludables, un enfoque multidisciplinar de la  
alimentación en la comunidad

Ponencia 2



La alimentación: clave para la promoción de la salud en la empresa

Óscar Picazo Ruiz<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Fundación MAPFRE, España.

\*[opicazo@fundacionmapfre.org](mailto:opicazo@fundacionmapfre.org)

La Ley 31/1995 de Prevención de Riesgos Laborales, como transposición de la Directiva Marco en Seguridad y Salud (Directiva del Consejo 89/391/EC) marcó en España un impulso a las políticas de salud ocupacional, que todavía se regían en su mayor parte por los preceptos de la Ordenanza de Seguridad e Higiene en el Trabajo del año 1971. En el año 1997 la Red Europea para la Promoción de la Salud en el Lugar de Trabajo promulgó la Declaración de Luxemburgo<sup>1</sup> como documento consenso en el que se establecían los principios básicos de actuación y el marco de referencia de una buena gestión de la salud de los trabajadores en la empresa. Esta declaración se basa en la definición de promoción de la salud aparecida en la Carta de Ottawa. Las sucesivas estrategias europeas en Seguridad y Salud, han establecido como uno de sus ejes fundamentales de actuación, la importancia de la empresa como agente de salud pública. En España, el reciente cambio de denominación del Instituto Nacional de Seguridad e Higiene en el Trabajo, a Instituto Nacional de Seguridad, Salud y Bienestar en el Trabajo<sup>2</sup>. Esto demuestra la importancia que desde la administración se concede a la promoción de la salud en el trabajo.

La empresa, en la que la población activa pasa al menos un tercio de su jornada, es un vector para la adopción de medidas encaminadas a mejorar la salud de la población<sup>3</sup>. El

entorno de trabajo condiciona las elecciones que los trabajadores pueden efectuar<sup>4</sup>. Las intervenciones que tienen como objetivo mejorar la salud desde el ámbito laboral deben trabajar desde una perspectiva multidimensional, más allá de la educación nutricional, incidiendo en el entorno de trabajo, la disponibilidad y calidad de alimentos, y otros factores que puedan condicionar las elecciones<sup>5</sup>.

En la bibliografía se encuentran multitud de experiencias en el fomento de la alimentación, la actividad física o el bienestar emocional, entre otros. El efecto de estos programas sobre la calidad de la dieta de los sujetos es moderado<sup>6,7</sup>.

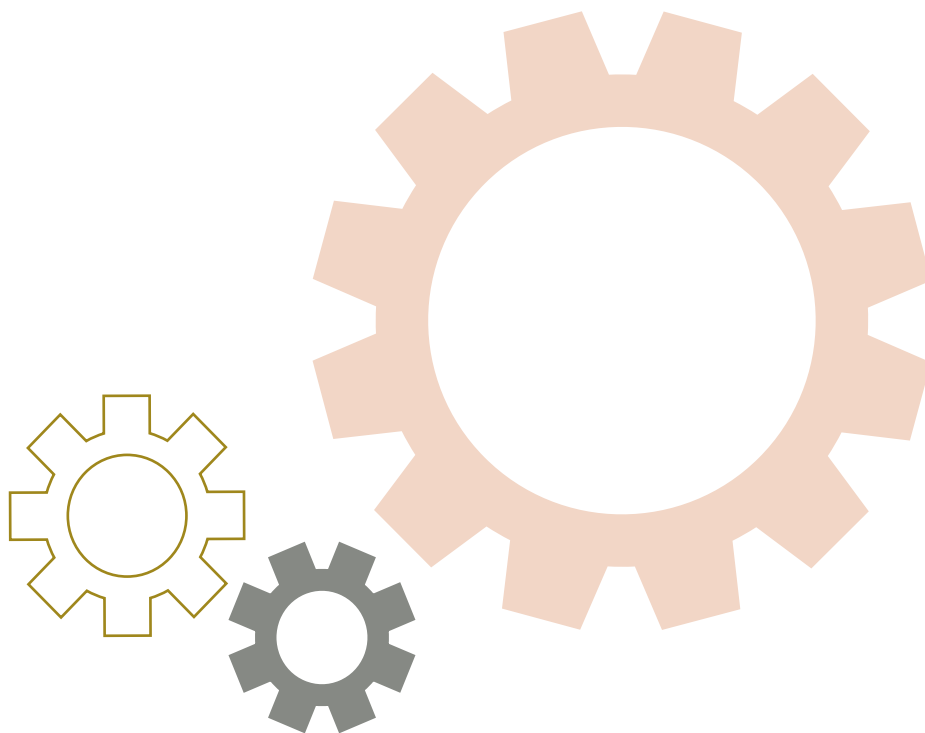
A pesar de que la heterogeneidad de los modelos, intervenciones y marcadores no permite la comparación en un metaanálisis, las revisiones de buenas prácticas han encontrado puntos en común en los programas que han demostrado tener éxito en la mejora de la salud desde el entorno laboral. Entre otros, se identifican factores como la creación de una cultura saludable, la asunción por parte de la dirección, un programa dirigido con objetivos y marcadores claros, un entorno que facilite el cambio de hábitos, medios humanos y materiales, y el seguimiento y planificación a largo plazo<sup>8</sup>. El Dietista-Nutricionista puede jugar un importante papel en todas las etapas de este proceso, dentro de un equipo multidisciplinar.

## CONFLICTO DE INTERESES //////////////

El autor trabaja en Fundación MAPFRE como coordinador del programa Elige Salud dirigido a fomentar los hábitos de vida saludable en las empresas.

## REFERENCIAS //////////////////////////////////////

- (1) European Network on Workplace Health Promotion. Luxembourg declaration on workplace health promotion in the European Union. Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin, 1997.
- (2) Ministerio de Hacienda y Función Pública. Real Decreto 424/2016, de 11 de noviembre, por el que se establece la estructura orgánica básica de los departamentos ministeriales. Boletín Oficial del Estado. 2016; 274: 78778-78789.
- (3) Chu C, Breucker G, Harris N, Stitzel A, Gan X, Gu X et al. Health-promoting workplaces. International settings development. Health promotion International. 2000; 15(2): 155-67.
- (4) Lachat C, Roberfroid D, Huybregts L, Van Camp J, Kolsteren P. Incorporating the catering sector in nutrition policies of WHO European region: is there a good recipe?. Public Health Nutr. 2009; 12(3): 316-24.
- (5) Mhurchu CN, Aston L, Louise M, Jebb SA. Effects of worksite health promotion interventions on employee diets: a systematic review. BMC public health. 2010; 10(1) 62-9.
- (6) Maes L, Van Cauwenberghe E, Van Lippevelde W, Spittaels H, Oppert JM, Van Lenthe FJ. Effectiveness of workplace interventions in Europe promoting healthy eating: a systematic review. Eur. J. Public Health. 2012; 22(5): 677-83.
- (7) Geaney F, Kelly, Greiner BA, Harrington JM, Perry LJ, Beirne P. The effectiveness of workplace dietary modification interventions: a systematic review. Preventive medicine. 2013; 57(5): 438-47.
- (8) Goetzel RZ, Henke RM, Tabrizi M, Pelletier KR, Loeppke R, Ballard DW et al. Do workplace health promotion (wellness) programs work?. Journal of Occupational and Environmental Medicine, 2014, vol. 56, no 9, p. 927-34.



### Acerca del autor:

Dietista-Nutricionista y Licenciado en Química, comienza su carrera profesional en la investigación universitaria, para incorporarse posteriormente al ámbito de la salud laboral como técnico de prevención en FREMAP, y posteriormente en el Grupo Banco Popular. En el año 2007 se incorpora a Fundación MAPFRE como coordinador de las revistas científicas "Seguridad y Medio Ambiente" y "Trauma", pasando en 2012 al Área de Promoción de la Salud. En la actualidad coordina proyectos dirigidos a fomentar el cambio de hábitos en salud. Entre otros ha participado en la concepción, diseño y desarrollo de campañas como Elige Salud, Mujeres por el Corazón, Juega Seguro y SOS Respira. Desde el año 2013 participa como docente en nutrición en diversos posgrados universitarios y colabora en varios proyectos de investigación en este ámbito.